

# KHÁM NGHIỆM VÚ

## BREAST SCREENING

Vietnamese

### Tôi Có Thực Sự Cần Chụp Quang Tuyến Vú? (Do I Really Need a Mammogram?)

#### Chụp quang tuyến vú khám nghiệm là gì?

(What is a screening mammogram?)

Chụp quang tuyến vú là hình thức chụp vú bằng X quang. Chụp quang tuyến vú khám nghiệm là kiểm tra định kỳ cho những phụ nữ không có vấn đề rõ ràng về vú. Nó có thể giúp phát hiện ra sự bất thường hoặc khối u vẫn còn quá nhỏ nên không cảm nhận thấy ở vú.

#### Tại sao chụp quang tuyến vú khám nghiệm lại quan trọng? (Why are screening mammograms important?)

Khoảng 1 trong số 8 phụ nữ ở Alberta sẽ bị chẩn đoán mắc ung thư vú trong đời. Chụp quang tuyến vú khám nghiệm là cách tốt nhất để sớm phát hiện ra ung thư vú, khi mà điều trị có thể đạt hiệu quả tốt hơn.

#### Tôi có nên chụp quang tuyến vú khám nghiệm?

(Should I have a screening mammogram?)

Phụ nữ càng cao tuổi thì nguy cơ bị ung thư vú càng tăng lên. Phụ nữ dưới 40 tuổi không cần chụp quang tuyến vú khám nghiệm.

*Nếu quý vị ở độ tuổi từ 40 đến 49:* hãy nói chuyện với nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của quý vị về nguy cơ ung thư vú và nhu cầu cần chụp quang tuyến vú khám nghiệm của quý vị. Đối với phụ nữ ở độ tuổi này, việc những lợi ích của chụp quang tuyến vú lớn hơn những rủi ro của chụp quang tuyến vú là kém rõ ràng hơn.

*Nếu quý vị ở độ tuổi từ 50 đến 69 và quý vị không nhận biết bất kỳ vấn đề nào về vú:* hãy tiến hành chụp quang tuyến vú khám nghiệm thường xuyên. Nghiên cứu chỉ ra rằng chụp quang tuyến vú khám nghiệm thường xuyên giúp giảm tỷ lệ tử vong do ung thư vú cho phụ nữ từ 50 đến 69 tuổi.

*Nếu quý vị ở độ tuổi từ 70 trở lên:* hãy nói chuyện với nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của quý vị về việc liệu chụp quang tuyến vú khám nghiệm có nên trở thành một phần thói quen chăm sóc sức khỏe vú của quý vị hay không.

Nhưng điều gì sẽ xảy ra nếu ...

CÓ KHÔNG

• Tôi thấy khỏe mạnh và không có triệu chứng nào	✓	
• Gia đình tôi không có tiền sử về ung thư vú	✓	
• Ngực của tôi có kích thước nhỏ	✓	

Quý vị vẫn cần phải ...

**TIẾN HÀNH CHỤP QUANG TUYẾN VÚ KHÁM NGHIỆM THƯỜNG XUYÊN.**

#### Chụp quang tuyến vú chẩn đoán là gì?

(What is a diagnostic mammogram?)

Chụp quang tuyến vú chẩn đoán là hình thức chụp vú đặc biệt bằng X quang, cung cấp được nhiều hình ảnh hơn chụp quang tuyến vú khám nghiệm. Nó có thể được sử dụng để xem xét kỹ lưỡng hơn những thay đổi mà quá trình chụp quang tuyến vú khám nghiệm phát hiện ra. Nó cũng được sử dụng cho những phụ nữ cấy ghép vú, những người đã bị ung thư vú, và những người có dấu hiệu ung thư vú.

Những dấu hiệu có thể có của ung thư vú bao gồm:

- có khối u mới ở vú hoặc nách
- núm vú thụt vào, nếu điều đó không thường xảy ra
- có hiện tượng đóng vảy, chảy máu hoặc phát ban ở núm vú
- núm vú tiết dịch
- một vùng da ở vú bị lõm hoặc dày lên

#### Tôi cần làm gì để chuẩn bị sẵn sàng cho chụp quang tuyến vú khám nghiệm?

(How do I get ready for a screening mammogram?)

Khi quý vị thực hiện một cuộc hẹn để chụp quang tuyến vú, quý vị sẽ được hỏi địa điểm và thời gian quý vị tiến hành chụp quang tuyến vú gần nhất của mình.

Vào ngày hẹn của quý vị:

- hãy mặc quần áo rời vì quý vị sẽ phải cởi áo từ eo lên
- không sử dụng lăn nách hay phấn toàn thân. Các chất này có thể ảnh hưởng đến kết quả chụp quang tuyến vú

#### Chụp quang tuyến vú khám nghiệm được thực hiện như thế nào?

(How is a screening mammogram done?)

Một nữ kỹ thuật viên sẽ tiến hành chụp quang tuyến vú khám nghiệm cho quý vị. Khi quý vị đứng trước thiết bị chụp quang tuyến vú:

- vú của quý vị sẽ được đặt lên một đĩa nhựa có thể điều chỉnh theo chiều cao của quý vị
  - một đĩa thứ hai sẽ ấn vú của quý vị xuống để trải rộng mô vú giúp nhìn thấy được những bất thường nhỏ
  - hai tia X sẽ chụp cho mỗi bên vú: một tia từ trên xuống dưới và một tia từ bên này sang bên kia
- Toàn bộ quá trình mất khoảng 10 phút.

#### Chụp quang tuyến vú có đau không?

(Do mammograms hurt?)

Một số phụ nữ thấy không thoải mái khi chụp quang tuyến vú. Số khác thấy đau nhưng chịu đựng được. Ngực của quý vị cần được nén lại để cho những hình ảnh tốt nhất có thể. Mỗi lần nén chỉ mất vài giây. Những phụ nữ thường có ngực mềm có thể cảm thấy dễ chịu hơn khi tiến hành chụp quang tuyến vú khám nghiệm trong khoảng từ ngày 7 đến ngày 14 trong vòng kinh của họ



# TIẾN HÀNH CHỤP QUANG TUYẾN VÚ KHÁM NGHIỆM THƯỜNG XUYÊN LÀ MỘT TRONG NHỮNG BIỆN PHÁP TỐT NHẤT ĐỂ PHÁT HIỆN SỚM UNG THƯ VÚ.

## Đâu là kết quả có thể xảy ra?

(What are the possible results?)

**Kết Quả Bình Thường:** Kết quả bình thường nghĩa là không phát hiện dấu hiệu ung thư vú. Khoảng 93% phụ nữ được khám nghiệm có kết quả bình thường.

**Kết Quả Bất Thường:** Chỉ một số lượng nhỏ bất thường sẽ là trường hợp ung thư; tuy nhiên, bất kỳ bất thường nào đều cần được kiểm tra ngay lập tức. Nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của quý vị sẽ sắp xếp các kiểm tra cần thiết. Các kiểm tra khác có thể bao gồm chụp quang tuyến vú chẩn đoán, siêu âm, hoặc sinh thiết.

Để biết thêm về kết quả chụp quang tuyến vú khám nghiệm bất thường, hãy tham khảo tài liệu của chúng tôi **Hiểu Đúng Về Các Kết Quả Chụp Quang Tuyến Vú Bất Thường**, có trên [www.screeningforlife.ca](http://www.screeningforlife.ca) hoặc gọi đến số 1-866-727-3926.

## Tôi nên chụp quang tuyến vú khám nghiệm lần kế tiếp khi nào?

(When do I return for a screening mammogram?)

**Nếu quý vị ở độ tuổi từ 40 đến 49:** và quyết định tiến hành chụp quang tuyến vú khám nghiệm, hãy tiến hành mỗi năm một lần. Vú được cấu thành từ mô mỡ và mô tuyến. Ở phụ nữ ít tuổi hơn, mô vú có thể dày đặc (có ít mỡ hơn) vì vậy các khối ung thư nhỏ có thể không dễ phát hiện.

**Nếu quý vị ở độ tuổi từ 50 đến 69:** hãy tiến hành ít nhất hai năm một lần, theo quyết định của quý vị và nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của quý vị.

**Nếu quý vị ở độ tuổi từ 70 trở lên:** hãy nói chuyện với nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của quý vị về thời gian chụp lại.

Cùng với chụp quang tuyến vú khám nghiệm:

- hãy đảm bảo rằng quý vị được nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của quý vị kiểm tra vú hàng năm như là một phần trong khám sức khỏe định kỳ của quý vị
- Nhận biết bề ngoài và cảm giác bình thường của quý vị. Hãy thông báo cho nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của quý vị nếu quý vị nhận thấy bất kỳ thay đổi bất thường nào

## Những rủi ro và lợi ích của khám nghiệm là gì?

(What are the risks and benefits of screening?)

### Rủi ro\*

- Chụp quang tuyến vú có thể không chỉ ra dấu hiệu bất thường ngay cả khi có ung thư vú.
- Một số phụ nữ bị cảnh báo sai do phát hiện ra dấu hiệu bất thường khi chụp quang tuyến vú. Tuy nhiên sau nhiều kiểm tra khác (như chụp quang tuyến vú lần hai, siêu âm hoặc sinh thiết), lại không phát hiện ra ung thư. Việc này có thể mất 4 đến 6 tuần, gây lo lắng cho phụ nữ. Đôi khi, sự lo lắng sẽ kéo dài ngay cả sau khi đã biết kết quả kiểm tra.
- Ngay cả nếu chụp quang tuyến vú khám nghiệm phát hiện ra ung thư vú, chất lượng cuộc sống hay tuổi thọ của quý vị có thể không thay đổi. Một số loại ung thư vú được phát hiện ra khi khám nghiệm có thể sẽ không gây ra vấn đề gì vì phụ nữ có thể chết vì nguyên nhân khác trước.

\* Public Health Agency of Canada. Information on Mammography for Women Aged 40 and Older:

A Decision Aid for Breast Cancer Screening in Canada. Chronic Disease Management Division, Centre for Chronic Disease Prevention and Control, Public Health Agency of Canada, 2009. ( Cơ Quan Sức Khỏe Cộng Đồng Canada. Thông Tin Về Chụp Quang Tuyến Vú Cho Phụ Nữ Từ 40 Tuổi Trở Lên: Trợ Giúp Quyết Định Khám Nghiệm Ung Thư Vú ở Canada. Bộ Phận Quản Lý Bệnh Mãn Tính, Trung Tâm Phòng Ngừa Và Kiểm Soát Bệnh Mãn Tính, Cơ Quan Sức Khỏe Cộng Đồng Canada, 2009.)

Các trường hợp ung thư vú này có thể là ung thư chậm phát triển. Vì vậy, nếu những phụ nữ bị ung thư này không tiến hành khám nghiệm, họ có thể không bao giờ biết được mình bị ung thư và sẽ không có biện pháp điều trị.

## Lợi ích

Trên 95% phụ nữ vẫn sống và khỏe mạnh 5 năm sau khi được phát hiện ung thư vú và điều trị sớm.

Tuy chụp quang tuyến vú khám nghiệm không ngăn ngừa được ung thư vú, song chụp quang tuyến vú khám nghiệm định kỳ có thể:

- sớm phát hiện ra ung thư khi mà việc điều trị có thể đem lại hiệu quả tốt hơn
- thường phát hiện ra các khối u nhỏ trên vú trước khi có thể cảm nhận được
- hãy để chuyên gia tia X so sánh kết quả chụp quang tuyến vú hiện tại với kết quả chụp quang tuyến vú trước đây của quý vị để thấy được những thay đổi ở vú của quý vị
- giảm tỷ lệ tử vong do ung thư vú tới 30% khi được kết hợp với các kiểm tra vú lâm sàng

## Hãy Nhớ

Chụp quang tuyến vú khám nghiệm là cách tốt nhất để sớm phát hiện ung thư vú. Khám nghiệm ung thư vú giúp bảo vệ cuộc sống!

## Thông Tin Về Chương Trình Khám Nghiệm Ung Thư Vú Alberta

(About the Alberta Breast Cancer Screening Program)

Chương Trình Khám Nghiệm Ung Thư Vú Alberta (ABCSP) được phối hợp thực hiện bởi Dịch Vụ Y Tế Alberta cộng tác với Hội Các Chuyên Gia Tia X Alberta. Chương trình ABCSP gửi qua bưu điện kết quả chụp quang tuyến vú cho quý vị. Chương trình cũng hỗ trợ những phụ nữ và các nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của họ bằng cách gửi lời nhắc khi những phụ nữ đó đã quá hạn chụp quang tuyến vú khám nghiệm.

Để nhận thư của ABCSP, quý vị phải cập nhật tên và địa chỉ cho Alberta Health and Wellness; hãy gọi tới 310-0000 (miễn phí) sau đó quay số 780-427-1432.

Khám nghiệm là một trong những việc tốt nhất mà quý vị có thể làm cho bản thân mình nhằm phát hiện sớm ung thư vú. Khám nghiệm ung thư vú, cổ tử cung và đại trực tràng để bảo vệ cuộc sống.

Để biết thêm thông tin, hãy liên hệ với **Chương Trình Khám Nghiệm Ung Thư**

Điện thoại: 1-866-727-3926

Fax: 1-888-944-3388

[www.screeningforlife.ca](http://www.screeningforlife.ca)



**SCREENING FOR LIFE.CA**